



ЛЕКЦИЯ 3. КОНЦЕПЦИИ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА

ОГЛАВЛЕНИЕ

Определение ТА.....	3
Заключение контрактов (контрактирование)	3
Цели.....	3
Контракты, запрещающие самоубийство, убийство, сумасшествие и побег.....	3
Цели.....	3
Антисуицидальный контракт.....	4
Мягкий вариант:.....	4
Строгий вариант:.....	4
Антигомицидный контракт	4
Контракт на не-сумасшествие.....	4
Мягкий вариант:.....	4
Контракт на непрерывание терапии.....	5
Административный контракт	5
Узнавание эго-состояний.....	5
Цели.....	6
Деконтаминация	6
Цели.....	6
Метод трех стульев.....	6
Цели.....	6
Репарентинг	7
Цели.....	7
Лечение детского эго-состояния.....	7
Использование анализа транзакций или ТА-конфликтология.....	7

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа



Построение профиля поглаживаний (Клод Штайнер).....	7
Создание атмосферы безопасности и принятия в комнате консультанта.....	8
Анализ игр.....	8
Цели.....	8
Драматический треугольник Стивена Карпмана.....	8
Работа по стимулированию экспрессии аутентичных чувств и отказу от выражения рзкетных чувств.....	9
Конфронтация пассивности и симбиотических отношений.....	9
Цели.....	9
Матрица обесценивания.....	10
Сценарный анализ.....	10
Цели.....	10
Изменение сценария путем получения и интеграции нового разрешения от терапевта.....	10
Изменение сценария путем принятия нового решения относительно своей судьбы, сделанного ре клиента в защищающем терапевтическом окружении.....	11
Цели.....	11
Групповая психотерапия.....	11
Цели.....	12
Построение терапевтического плана и следование ему.....	12
Метод трансферентного излечения или «терапевт в кармане».....	12
Цели.....	12
Диагностика и построение терапии с учетом сильных и слабых сторон личности клиентов.....	12
Цели.....	13
Метод «дверей терапии».....	13
Терапия личностных расстройств.....	13
Лечение депрессий.....	14
Список литературы.....	14

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.



ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТА

Современный ТА – психотерапевтический метод, который характеризуется творческой комбинацией когнитивной и психодинамически – ориентированной психотерапии, обогащенный аспектами коммуникативной терапии (обучение людей конструктивной коммуникации без недопонимания и психологических игр) и процессами гештальт-терапии. *Леонард Шлегель, 1998*

Транзактный Анализ (ТА) представляет собой систему комбинированной психотерапии, использующую оригинальные представления о структуре личности (*состояния «Я»: Родитель, Взрослый, Ребенок*) в контексте ее возможностей долгосрочного планирования различных вариантов собственного будущего (*концепция сценария жизни*). (*Руководство по психотерапии, в печати*)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ КОНТРАКТОВ (КОНТРАКТИРОВАНИЕ)

- Административный контракт
- Контракт на изменение
- Трехсторонние и групповые контракты

ЦЕЛИ

1. Установление границ рабочих терапевтических отношений
2. Прояснение предмета и цели терапии
3. Стимулирование активного участия пациента в терапии

КОНТРАКТЫ, ЗАПРЕЩАЮЩИЕ САМОУБИЙСТВО, УБИЙСТВО, СУМАСШЕСТВИЕ И ПОБЕГ

- Антисуицидальный контракт
- Антигомицидальный контракт
- Контракт на не-сумасшествие
- Контракт на не-прерывание терапии

ЦЕЛИ

1. Повышение безопасности терапии
2. Освобождение от расплаты по сценарию
3. Обеспечение оптимальных возможностей для проведения терапии



АНТИСУИЦИДАЛЬНЫЙ КОНТРАКТ

МЯГКИЙ ВАРИАНТ:

«Я обязуюсь не причинять себе вреда и «прекратить сотрудничество со своим умиранием»
(Boyd L., 1986)

СТРОГИЙ ВАРИАНТ:

«Антисуицидальный контракт

Заключен между ФИО(пациента) и психотерапевтом (ФИО) 1 января 2000 г. и заключается в нижеследующем: Я, (ФИО пациента), обязуюсь в течение срока терапии и далее (оговаривается срок контракта) не предпринимать попыток самоубийства и попыток самоповреждения, какие бы обстоятельства ни сложились. Я, (ФИО терапевта), приветствую данное решение моего пациента и доверяю ему. Со своей стороны я буду оказывать ему необходимую профессиональную помощь. Подписи сторон»

АНТИГОМИЦИДНЫЙ КОНТРАКТ

На первом этапе выглядит как ясный запрет применять физическую силу во взаимоотношениях с другими людьми (+КР терапевта – Адапт Ре пациента)

Затем временное соглашение пересматривается и обсуждается на уровне В терапевта – В пациента и контракт перезаключается на неопределенное время

КОНТРАКТ НА НЕ-СУМАСШЕСТВИЕ

«Когда обнаруживаешь людей, которые действительно помогут, их не нужно отвлекать. Можно вести себя совершенно нормально. Я могу ощутить, правда ли врач хочет помочь, но к тому же и способен это сделать.

Это дает потрясающее подтверждение заявлению Юнга, что шизофреник перестает быть шизофреником, когда встречает кого-то, кто, по его ощущениям, его понимает»

(Лэнг Р. «Расколотовое Я», 1995)

МЯГКИЙ ВАРИАНТ:

«Я (ФИО пациента), обязуюсь, что бы ни случилось, всегда иметь контакт с реальностью и использовать мышление. Я

(ФИО терапевта) приветствую это решение пациента и со своей стороны обязуюсь узнавать эту часть его личности и поддерживать с ней профессиональный контакт».



КОНТРАКТ НА НЕПРЕРЫВАНИЕ ТЕРАПИИ

Обязательство пациента на уровне В эго-состояния посетить, по крайней мере, еще 2 сессии после решения прекратить терапию (усилить контракт может добровольное решение пациента оплатить эти 2 сессии заранее)

Разрешение пациента использовать «телефонный звонок» при пропуске очередной сессии»

Принцип «аренды времени» (оплата пропущенных сессий)

Принцип «открытой двери» - приглашение к возвращению в терапию для импульсивных клиентов

Контракт на долговременный контакт с терапевтом (например, встреча через каждые полгода для поддержки) (Ojehahen, Berglund, 1986)

АДМИНИСТРАТИВНЫЙ КОНТРАКТ

Прояснение финансовых отношений (особенно при трехстороннем контракте), а также прав и обязанностей спонсоров (родители, организация)

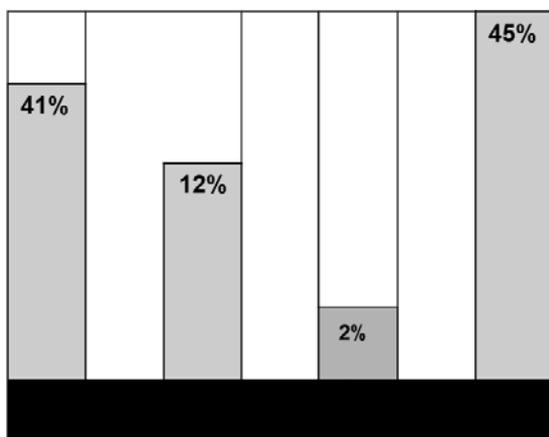


Рис. Трехсторонний контракт (English F., 1975)

Толстой линией обозначен социальный уровень контракта,
тонкой – психологический уровень контракта

УЗНАВАНИЕ ЭГО-СОСТОЯНИЙ

МЕТОД «Р – В – РЕ»



- Поддержка позитивных эго-состояний
- Конфронтация негативных эго-состояний
- Построение эго-граммы

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.



ЦЕЛИ

1. Усиление понимания клиентом структуры своей личности
2. Понимание, какое эго-состояние стоит за поведением
3. Как изменять эго-состояния и правильно перераспределять энергию

ДЕКОНТАМИНАЦИЯ

Терапия Взрослого эго-состояния клиента для освобождения от предрассудков (Родительские деконтаминации) и иллюзий (Детские деконтаминации)

ЦЕЛИ

1. Прояснение и установление четких границ между эго-состояниями клиента
2. Информирование (предоставление научно-верифицированной информации) (метод терапии навязчивостей и страхов)

МЕТОД ТРЕХ СТУЛЬЕВ



Иницилируемый терапевтом диалог между эго-состояниями, вынесенными на отдельный стул

ЦЕЛИ

Прояснение и терапия внутриличностных конфликтов (тупиков)



РЕПАРЕНТИНГ

Работа внутри эго-состояния родителя.

Метод двух стульев

ЦЕЛИ

Лечение Родительского эго-состояния

1. Изменение приводящих к патологии Родительских установок
2. Полная замена старой Родительской информации на новую позитивную
3. Поиск и акцентирование позитивных и эффективных позиций родительских фигур клиента

ЛЕЧЕНИЕ ДЕТСКОГО ЭГО-СОСТОЯНИЯ

1. Терапевтические регрессии к детскому возрасту. Регрессивный анализ (погружение в прошлое)	Осознание и освобождение от прошлого негативного опыта
2. Анализ трансферентных отношений	Освобождение от непродуктивных стереотипов поведения мыслей и чувств
3. Деконфузия Ребенка (устранение смущения и фрустрации)	Осознание и удовлетворение подавленных и нереализованных потребностей

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНАЛИЗА ТРАНЗАКЦИЙ ИЛИ ТА-КОНФЛИКТОЛОГИЯ

1. Анализ пересекающихся транзакций	Диагностика и методика разрешения межличностных (в том числе, семейных) конфликтов
2. Анализ угловых транзакций	Понимание и избежание манипулирования
3. Анализ скрытых транзакций	Понимание и узнавание двойного смысла послания

ПОСТРОЕНИЕ ПРОФИЛЯ ПОГЛАЖИВАНИЙ (КЛОД ШТАЙНЕР)

Диагностика и коррекция внешних стимулов (стимуляций), которые коллекционируют (или предпочитают) люди, чтобы избежать автономии (не быть свободными) от своего сценария жизни.



СОЗДАНИЕ АТМОСФЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ПРИНЯТИЯ В КОМНАТЕ КОНСУЛЬТАНТА

 Эрик Берн	 Карл Роджерс
<ul style="list-style-type: none"> • ОК+ОК+ (Все люди +ОК) Их поступки бывают не-ОК • Понимание опыта Ребенка клиента, его нереализованных потребностей • Контрактный метод 	<ul style="list-style-type: none"> • Безусловное принятие (уважение) • Эмпатическое понимание • Конгруэнтность (терапия не опережает клиента, следуя за ним или вместе с ним)

АНАЛИЗ ИГР

- Семейные и сексуальные игры
- Игры на приеме психотерапевта
- Профессиональные игры

ЦЕЛИ

Диагностика, осознание и отказ клиентов от использования манипуляционных игр как формы патологического структурирования времени

ДРАМАТИЧЕСКИЙ ТРЕУГОЛЬНИК СТИВЕНА КАРПМАНА

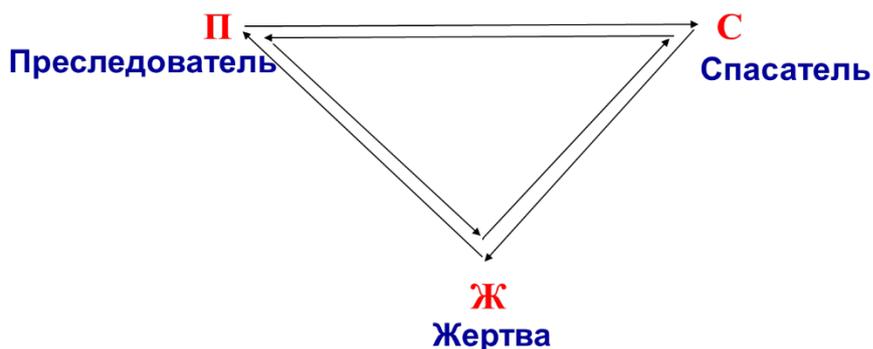
Узнавание исполняемых ролей Жертвы, Спасателя и Преследователя

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.



РАБОТА ПО СТИМУЛИРОВАНИЮ ЭКСПРЕССИИ АУТЕНТИЧНЫХ ЧУВСТВ И ОТКАЗУ ОТ ВЫРАЖЕНИЯ РЭКЕТНЫХ ЧУВСТВ

Техники диагностики «раскапывания» и экспрессии аутентичных чувств:

- радости
- печали
- страха
- гнева

Рэкетные чувства или чувства – заменители аутентичных чувств. Так, в семье запрещалось выражение аутентичного чувства и приветствовалась его замена рэкетным чувством (девочкам нельзя испытывать гнев, но можно плакать, а мальчикам - наоборот),

КОНФРОНТАЦИЯ ПАССИВНОСТИ И СИМБИОТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ

<p>Конфронтация:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ничегонеделания• Сверхадаптации• Ажитации• Насилия	
---	--

ЦЕЛИ

Достижение автономности и независимости

Обретение своих детских нужд и удовольствия 1 фигурой и способности к оценочным суждениям и деятельности 2 фигурой.



МАТРИЦА ОБЕСЦЕНИВАНИЯ

Авторы, Эрик Зигмунд и Кен Меллор, учитывают все возможные комбинации обесценивания.

УРОВЕНЬ		ТИП	
СУЩЕСТВОВАНИЕ	T ₁ Стимулы	T ₂ Проблемы	T ₃ Возможность выбора
ЗНАЧИМОСТЬ	T ₂ Значимость стимулов	T ₃ Значимость проблем	T ₄ Значимость возможности выбора
ИЗМЕНЕНИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ	T ₃ Изменчивость стимулов	T ₄ Разрешаемость проблем	T ₅ Имеющаяся возможность выбора
ЛИЧНЫЕ СПОСОБНОСТИ	T ₄ Способность человека реагировать по-другому	T ₅ Способность человека решать проблемы	T ₆ Способность человека действовать в соответствии с возможностью выбирать

СЦЕНАРНЫЙ АНАЛИЗ

- Изменение сценария путем получения нового разрешения от терапевта
- Изменение сценария путем перерешения

ЦЕЛИ

Понимание своей судьбы, возможность избежать трагической «финальной сцены», «переписав» сценарий.

ИЗМЕНЕНИЕ СЦЕНАРИЯ ПУТЕМ ПОЛУЧЕНИЯ И ИНТЕГРАЦИИ НОВОГО РАЗРЕШЕНИЯ ОТ ТЕРАПЕВТА

Подход Эрика Берна и Патрисии Кроссман

Метод «3 Р» - разрешение, сила, защита (potency, power, protection)

Чтобы дать новое разрешение терапевт должен быть способен сделать это (1); должен быть сильнее и гибче биологических родителей клиента (2); должен обеспечить клиенту надлежащую защиту (3), когда последний будет использовать терапевтическое разрешение и откажется от родительских посланий.

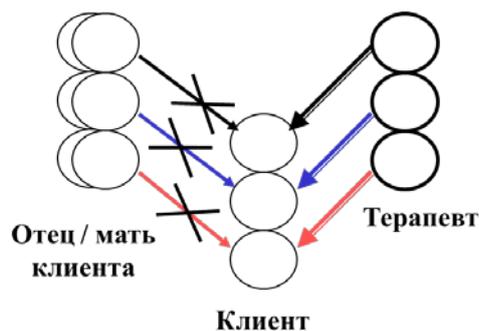


Рисунок клиента. Психотерапевт с волшебной палочкой стоит на защите клиента (лежит за фигурой терапевта) от негативных родительских фигур (человек-леопард) из ее прошлого.

ИЗМЕНЕНИЕ СЦЕНАРИЯ ПУТЕМ ПРИНЯТИЯ НОВОГО РЕШЕНИЯ ОТНОСИТЕЛЬНО СВОЕЙ СУДЬБЫ, СДЕЛАННОГО РЕ КЛИЕНТА В ЗАЩИЩАЮЩЕМ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОМ ОКРУЖЕНИИ

Метод Роберта и Мэри Гулдинг

Метод 2-х стульев

Позволяет воспроизвести «здесь и теперь» прошлую травматическую ситуацию, когда Ребенок принял сценарное решение, и перерешить – то есть отказаться от старого решения и принять новое.

ЦЕЛИ

Структурное изменение Ре и отказ от сценария

ГРУППОВАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

- Изначально ТА развивался как групповой метод
- Анализ игр
- Анализ групповой динамики
- Различные подходы к ведению групп

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.



ЦЕЛИ

Повышение эффективности терапевтического вмешательства «в нужное время в нужном месте» при использовании группового защитного пространства и групповой энергии

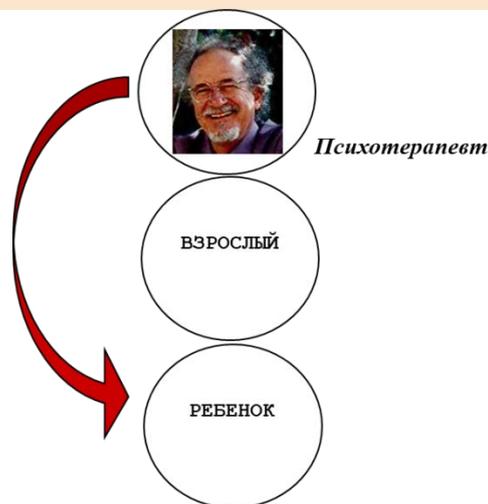
ПОСТРОЕНИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ПЛАНА И СЛЕДОВАНИЕ ЕМУ

Планирование психотерапии

- Понимание особенностей вмешательства и динамики клиента на стадии:
 - терапевтического альянса (*установление доверительных отношений*)
 - деконтаминации (*установление контроля за симптомами*)
 - деконфузии (*поощрение трансферентного процесса (трансферентное изменение)*)
 - переобучения (*выработка новых поведенческих стилей в результате структурного изменения личности*)
- Установление доверительных отношений
- Установление контроля за симптомами
- Поощрение трансферентного процесса (трансферентное изменение)
- Выработка новых поведенческих стилей в результате структурного изменения личности

МЕТОД ТРАНСФЕРЕНТНОГО ИЗЛЕЧЕНИЯ ИЛИ «ТЕРАПЕВТ В КАРМАНЕ»

Поощрение позитивного трансфера и идентификации терапевта с сильной и эффективной Родительской фигурой, так, что по словам Штайнера, когда алкоголик пытается убить себя, прыгнув с моста, он вдруг явственно слышит в голове голос терапевта «Не прыгай!» и отказывается от суицидального намерения.



ЦЕЛИ

Облегчение состояния клиента, продолжительная ремиссия

ДИАГНОСТИКА И ПОСТРОЕНИЕ ТЕРАПИИ С УЧЕТОМ СИЛЬНЫХ И СЛАБЫХ СТОРОН ЛИЧНОСТИ КЛИЕНТОВ

Концепция личностных адаптаций Поля Ва (1983)

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.



- Первичные адаптации выживания: шизоидная, параноидная, антисоциальная
- Вторичные адаптации приспособления: истерическая, обсессивно-компульсивная, пассивно-агрессивная

ЦЕЛИ

Повысить эффект терапевтического вмешательства, экономя время на диагностику ПТ с учетом личностного фактора

МЕТОД «ДВЕРЕЙ ТЕРАПИИ»

- Поль Ва (1983) считает, что терапевтическую энергию следует вкладывать в **«открытую дверь»** (для контакта) пациента, например, в мышление, двигаться затем в направлении **«двери цели»**, например, чувства, чтобы в итоге добиться необходимых клиенту изменений в **«закрытой двери»** или **«двери-ловушке»**, например, поведении.
- Содержание «дверей» (чувства, мышление или поведение) зависит от личностной адаптации
ТА-терапия – это, поистине, зрячая ПТ

ТЕРАПИЯ ЛИЧНОСТНЫХ РАССТРОЙСТВ

Терапия может быть в формате «терапии перерешением», а также может быть комбинированной и стационарной, включая групповую психотерапию, арт-терапию, терапию созданием терапевтической среды, где языком ТА описываются межличностные и внутриспсихические процессы (Thunissen, 2016). Пациентам с пограничной организацией личности в большей степени показана ТА психотерапия в рамках «классической школы», где эмоционально-пережитый инсайт при понимании функционирования и содержания эго-состояний, смягчение влияния садистических интроектов Р эго-состояния и усиление функционирования В эго-состояния являются основными целями. Терапия в течение 3-х месячного пребывания в стационаре проводится по следующему плану: 1) заключение контракта и определение цели лечения; 2) укрепление границ между эго-состояниями путем обсуждения различной структурной патологии Эго, изучения перераспределения энергии между эго-состояниями (метод построения эгограмм) и повышения собственных возможностей направлять энергию в позитивные эго-состояния; 3) анализируются транзакции между пациентом, членами группы и терапевтом, обсуждаются варианты структурирования времени и профиль поглаживаний; 4) анализ игр используется для выявления любимой позиции пациента в драматическом треугольнике и повторяющихся паттернов в терапии и вне терапии – в семье пациента; 5) анализ сценария используется для распознавания посланий и решений внутри эго-состояний, структурной перестройки эго-состояния Ре и интроекций внутри эго-состояний Р. Подчеркивается (Thunissen M., 2016), что ТА имеет ряд преимуществ перед КБТ и психоанализом благодаря

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.



возможности непосредственно анализировать транзакции из-за межличностного характера пограничной патологии.

ЛЕЧЕНИЕ ДЕПРЕССИЙ

Для лечения мягких или средней тяжести депрессивных эпизодов применяется основанный на последовательном применении ТА методик подход, разработанный Марком Виддоусоном (Widdowson M., 2016). Ключевые идеи этого подхода следующие: создание взаимоотношения «Я – ОК; другие – ОК»; обсуждение и помощь пациенту в понимании и изменении самокритичного диалога между эго-состояниями Критического Р и Адаптированного Ре; определение и конфронтация контаминаций и сценарных убеждений, которые негативно влияют на «Я»-концепцию и ожидания от других и себя; поддержание, признание, переоценка и оспаривание самоограничительной системы мышления, которая поддерживает депрессию (анализ системы рэкета / сценарной системы); исследование и изменение банка поглаживаний – через принятие позитивных поглаживаний и самопоглаживаний, и через уменьшение негативных самопоглаживаний (самокритики); оспаривание грандиозной роли Я; поддержка рефлексии и переоценки жизненного опыта, которые лежат в основе чувства никчемности; помощь в принятии нового решения о том, как пациент смотрит на себя, окружающий мир и контакт с окружающим миром; приглашение к работе по выражению подавленных чувств гнева и печали; помощь пациенту в исследовании и апробации новых, подкрепляющих самооценку способов общения с другими; разработка и обсуждение поведенческих контрактов, как, например, практики осознанности, выполнения домашних заданий, контрактов на заботу о себе (физические упражнения, диета и контракты на гигиену сна).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Лэнг Р. Расколотое «Я». - СПб: Белый кролик, 1995. -352 с.
2. Роджерс, К. Искусство консультирования и терапии / К. Роджерс. – М.: Апрель Пресс, Изд-во Эксмо, 2002. – 976 с.
3. Boyd L. Closing Escape Hatches: Decisions for Healthy Living // TAJ – 1986.- Vol. 16, №4.- P. 247-249
4. Boyd, H. Blocking tragic script/ H. Boyd, L. Cowles-Boyd // TAJ. – 1980. – Vol. 10. – P. 227–229.
5. Crossman, P. Permission and protection / P.Crossman // Transactional Analysis Bulletin. 1966. – Vol. 8. – № 32. – P. 152-154.
6. Dusay J.M. Egograms: How I See You and You See Me.- N.Y.: Harper&Row, 1977
7. Drye R.C., Goulding R.L., Goulding M.E. Nonsuicide decisions // Am. J. Psych.- 1973.- Vol.130.- P. 171-174
8. English F. Three-cornered contract // TAJ-1975.- Vol.5, №4.-P. 383-384

Программа «Транзактный Анализ в клинической практике».

Лекция №3. Концепции транзактного анализа

© Шустов Дмитрий Иванович, TSTA (P) доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой психиатрии РязГМУ

2019 год.

14



9. O' Farrell, T.J. Antabuse contracts for married alcoholics and their spouses: a method to insure Antabuse taking and decrease conflict about alcohol / T.J. O'Farrell, R.D. Bayog // Journal of Substance Abuse Treatment. – 1986. – № 3. – P. 1–8.
10. Schiff, J.L. All my children / J.L. Schiff, B. Day. - New York: Pyramid Publications, 1970.
11. Schlegel, L. What Is Transactional Analysis? / L. Schlegel // Transactional Analysis Journal. – 1998. – Vol. 28. – № 4. – P. 269-287.
12. Ware P. Personality Adaptations (doors to therapy) // TAJ.-1983.- Vol.13.- P. 11-19